

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Тамбовский государственный университет имени Г.Р. Державина»  
Факультет физической культуры и спорта  
Кафедра адаптивной физической культуры и безопасности жизнедеятельности

УТВЕРЖДАЮ:  
Декан факультета



А. В. Савельев

«20» января 2021 г.

## **РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

по дисциплине Б1.В.ДВ.02.2 Лечебная физическая культура

Направление подготовки/специальность: 49.03.02 - Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)

Профиль/направленность/специализация: Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)

Уровень высшего образования: бакалавриат

Квалификация: Бакалавр

год набора: 2020

Тамбов, 2021

**Автор программы:**

Кандидат педагогических наук, доцент Дерябина Галина Ивановна

Рабочая программа составлена в соответствии с ФГОС ВО по направлению подготовки 49.03.02 - Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура) (уровень бакалавриата) (приказ Министерства образования и науки РФ от «19» сентября 2017 г. № 942).

Рабочая программа принята на заседании Кафедры адаптивной физической культуры и безопасности жизнедеятельности «16» декабря 2020 г. Протокол № 4

Рассмотрена и одобрена на заседании Ученого совета Факультета физической культуры и спорта, Протокол от «20» января 2021 г. № 4.

## СОДЕРЖАНИЕ

1. Цели и задачи дисциплины.....	4
2. Место дисциплины в структуре ОП бакалавра.....	8
3. Объем и содержание дисциплины.....	8
4. Контроль знаний обучающихся и типовые оценочные средства.....	16
5. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины (модуля).....	26
6. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины.....	27
7. Материально-техническое обеспечение дисциплины, программное обеспечение, профессиональные базы данных и информационные справочные системы.....	28

## 1. Цели и задачи дисциплины

### 1.1 Цель дисциплины – формирование компетенций:

УК-8 Способен создавать и поддерживать безопасные условия жизнедеятельности, в том числе при возникновении чрезвычайных ситуаций

ПК-1 Способен обеспечивать эффективность физической реабилитации занимающихся различных нозологических, возрастных и гендерных групп с учетом принципов и форм организации реабилитационной (восстановительной) деятельности инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья за счет средств адаптивной физической культуры направленных на восстановление нарушенных или временно утраченных функций организма человека и способностей к общественной и профессиональной деятельности; способен на практике применять технологии и методики лечебной физической культуры, массажа, эргономики, эрготерапии, кинезиотерапии, технические средства реабилитации; определять приоритетность и очередность выполнения реабилитационных мероприятий; способен составлять индивидуальный план физической реабилитации, план индивидуального и группового занятия по программе физической реабилитации с инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья

ПК-2 Способен составлять и применять на практике комплексы упражнений, использовать технические средства и методические приемы для развития у участников реабилитационного процесса необходимых компенсаторных физических качеств, в соответствии с рекомендациями специалистов реабилитационной команды для успешного завершения реабилитационного случая

1.2 Типы задач профессиональной деятельности, к которым готовятся обучающиеся в рамках освоения дисциплины:

1.3 Дисциплина ориентирована на подготовку обучающихся к профессиональной деятельности в сфере:

1.4 В результате освоения дисциплины у обучающихся должны быть сформированы:

Обобщенные трудовые функции / трудовые функции / трудовые или профессиональные действия (при наличии профстандарта)	Код и наименование компетенции ФГОС ВО, необходимой для формирования трудового или профессионального действия	Индикаторы достижения компетенций
	УК-8 Способен создавать и поддерживать безопасные условия жизнедеятельности, в том числе при возникновении чрезвычайных ситуаций	Разъясняет правила поведения при возникновении чрезвычайных ситуаций природного и техногенного происхождения; оказывает первую помощь, участвует в восстановительных мероприятиях

<p>- С/05.6 Подготовка занимающихся по основам медико-биологического, научно-методического и антидопингового обеспечения спортивной подготовки в виде адаптивного спорта (группе спортивных дисциплин)</p> <p>- В/04.6 Управление процессами методического обеспечения реабилитационной (восстановительной) деятельности с помощью средств физической культуры, спортивной подготовки инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья</p> <p>- А/03.6 Социальная и трудовая реабилитация пожилых людей с тяжелыми хроническими заболеваниями</p> <p>- В/01.7 Организация и управление реабилитационным случаем</p>	<p>ПК-1 Способен обеспечивать эффективность физической реабилитации занимающихся различных нозологических, возрастных и гендерных групп с учетом принципов и форм организации реабилитационной (восстановительной) деятельности инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья за счет средств адаптивной физической культуры направленных на восстановление нарушенных или временно утраченных функций организма человека и способностей к общественной и профессиональной деятельности; способен на практике применять технологии и методики лечебной физической культуры, массажа, эргономики, эрготерапии, кинезиотерапии, технические средства реабилитации; определять приоритетность и очередность выполнения реабилитационных мероприятий; способен составлять индивидуальный план физической реабилитации, план индивидуального и группового занятия по программе физической реабилитации с инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья</p>	<p>Осуществляет подбор оптимальных средств и методов физической реабилитации; определяет последовательность применения средств физической реабилитации</p>
--	--	--

<p>- А/03.5 Проведение воспитательной, рекреационно-досуговой, оздоровительной работы с инвалидами, лицами с ограниченными возможностями здоровья</p> <p>- В/02.6 Методическое сопровождение спортивной подготовки инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья по виду или спортивной дисциплине адаптивного спорта</p> <p>- В/03.6 Проведение мониторинга и анализа спортивной подготовки инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья по виду или спортивной дисциплине адаптивного спорта</p> <p>- В/04.6 Управление процессами методического обеспечения реабилитационной (восстановительной) деятельности с помощью средств физической культуры, спортивной подготовки инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья</p> <p>- С/01.6 Проведение занятий по адаптивной физической культуре, лечебной физической культуре и общей физической подготовке со спортсменами спортивной сборной команды</p> <p>- В/01.7 Организация и управление реабилитационным случаем</p>	<p>ПК-2 Способен составлять и применять на практике комплексы упражнений, использовать технические средства и методические приемы для развития у участников реабилитационного процесса необходимых компенсаторных физических качеств, в соответствии с рекомендациями специалистов реабилитационной команды для успешного завершения реабилитационного случая</p>	<p>Разрабатывает рекомендации при оказании помощи инвалидам и лицам с отклонениями в состоянии здоровья в организации реабилитационной среды, обустройстве их жизненного пространства, преодолении трудностей при использовании реабилитационного оборудования, адаптации к техническим средствам реабилитации</p>
--	---	--

#### 1.5 Согласование междисциплинарных связей дисциплин, обеспечивающих освоение компетенций:

УК-8 Способен создавать и поддерживать безопасные условия жизнедеятельности, в том числе при возникновении чрезвычайных ситуаций

№ п/п	Наименование дисциплин, определяющих междисциплинарные	Форма обучения
		Заочная (семестр)

	связи	1	2	3	7
1	Адаптационная дисциплина для инвалидов и лиц с ОВЗ "Физическая реабилитация"	+	+	+	
2	Безопасность жизнедеятельности		+		
3	Профессионально-ориентированная практика				+
4	Физическая реабилитация	+	+	+	

ПК-1 Способен обеспечивать эффективность физической реабилитации занимающихся различных нозологических, возрастных и гендерных групп с учетом принципов и форм организации реабилитационной (восстановительной) деятельности инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья за счет средств адаптивной физической культуры направленных на восстановление нарушенных или временно утраченных функций организма человека и способностей к общественной и профессиональной деятельности; способен на практике применять технологии и методики лечебной физической культуры, массажа, эргономики, эрготерапии, кинезиотерапии, технические средства реабилитации; определять приоритетность и очередность выполнения реабилитационных мероприятий; способен составлять индивидуальный план физической реабилитации, план индивидуального и группового занятия по программе физической реабилитации с инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья

№ п/п	Наименование дисциплин, определяющих междисциплинарные связи	Форма обучения					
		Заочная (семестр)					
		1	2	3	5	6	7
1	Адаптационная дисциплина для инвалидов и лиц с ОВЗ "Физическая реабилитация"	+	+	+			
2	Ознакомительная практика					+	
3	Педагогическая практика						+
4	Физиолого-биохимические аспекты АФК				+	+	+
5	Физическая реабилитация	+	+	+			
6	Энергообеспечение двигательной деятельности				+	+	+

ПК-2 Способен составлять и применять на практике комплексы упражнений, использовать технические средства и методические приемы для развития у участников реабилитационного процесса необходимых компенсаторных физических качеств, в соответствии с рекомендациями специалистов реабилитационной команды для успешного завершения реабилитационного случая

№ п/п	Наименование дисциплин, определяющих междисциплинарные связи	Форма обучения						
		Заочная (семестр)						
		1	2	3	4	5	6	7
1	Адаптационная дисциплина для инвалидов и лиц с ОВЗ "Физическая реабилитация"	+	+	+				
2	Врачебный контроль в адаптивной физической культуре			+	+			
3	Медико-психологические основы адаптивной физической культуры			+	+	+	+	
4	Ознакомительная практика						+	
5	Педагогическая практика							+
6	Профессионально-ориентированная практика							+
7	Физическая реабилитация	+	+	+				

## 2. Место дисциплины в структуре ОП бакалавриата:

Дисциплина «Лечебная физическая культура» относится к части, формируемой участниками образовательных отношений, учебного плана ОП по направлению подготовки 49.03.02 - Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура).

Дисциплина «Лечебная физическая культура» изучается в 1, 2, 3 семестрах.

## 3. Объем и содержание дисциплины

3.1. Объем дисциплины: 9 з.е.

Заочная: 9 з.е.

Вид учебной работы	Заочная (всего часов)
<b>Общая трудоёмкость дисциплины</b>	<b>324</b>
Контактная работа	30
Практические (Практ. раб.)	30
Самостоятельная работа (СР)	277
Экзамен	9
Зачет	8

## 3.2. Содержание курса:

№ темы	Название раздела/темы	Вид учебной работы, час.	Формы текущего контроля

		Пра кт. раб.	СР	
		3	3	
1 семестр				
1	Общие основы ЛФК. Понятия и определения лечебной физической культуры, методика ЛФК	1	16	Опрос
2	ЛФК Лечебная физическая культура при заболеваниях сердечно-сосудистой системы	1	16	Дискуссия
3	Лечебная физическая культура при заболеваниях органов дыхания	2	14	Практическое задание для практической подготовки
4	Лечебная физическая культура при заболеваниях органов пищеварения и нарушениях обмена веществ	2	16	Тестирование
5	Лечебная физическая культура при заболеваниях мочеполового аппарата	2	16	Тестирование
6	Лечебная физическая культура в травматологии, ортопедии, хирургии Лечебная физическая культура в травматологии.	2	16	Дискуссия
2 семестр				
7	Лечебная физическая культура в ортопедии	1	16	Опрос

8	Лечебная физическая культура в хирургии	1	16	Опрос
9	Лечебная физическая культура у ожоговых больных и при обморожениях	2	14	Дискуссия
10	ЛФК при заболеваниях нервной системы и миопии. ЛФК при заболеваниях ЦНС	2	16	Дискуссия
11	ЛФК при заболеваниях периферической нервной системы и миопии.	2	16	Практическое задание для практической подготовки; Тестирование
12	Общие основы массажа. Обоснование лечебно-профилактического действия массажа	2	16	Практическое задание для практической подготовки; Тестирование
3 семестр				
13	Техника массажных приемов	1	14	Опрос
14	Массаж отдельных областей тела	1	14	Опрос
15	Лечебный и спортивный массаж	2	13	Дискуссия
16	ЛФК в стоматологии	2	16	Дискуссия
17	Лечебная физкультура в акушерстве и гинекологии	2	16	Практическое задание для практической подготовки; Тестирование
18	Современные методы функциональных исследований в спортивной медицине.	2	16	Практическое задание для практической подготовки; Тестирование

**Тема 1. Общие основы ЛФК. Понятия и определения лечебной физической культуры, методика ЛФК (УК-8)**

**Лекция.**

Цели, задачи ЛФК. История возникновения и развития ЛФК. Понятия ЛФК и реабилитации. Схема организации реабилитации в РФ, место ЛФК реабилитационном процессе. Механизмы лечебного действия физических упражнений. Показания и противопоказания к проведению занятий. Средства ЛФК. Формы занятий ЛФК. Методы ЛФК. Дозировка упражнений. Лечебно-охранительный и двигательные режимы.

#### **Практическое занятие.**

Проведение опроса по темам «Основные понятия и определения лечебной физической культуры», «Общие основы методики ЛФК».

#### **Задания для самостоятельной работы.**

Выполнение практической работы «Составление физиологической кривой занятия ЛФК». Решение тестовых заданий.

### **Тема 2. ЛФК Лечебная физическая культура при заболеваниях сердечно-сосудистой системы (УК-8)**

#### **Лекция.**

Факторы риска и основные симптомы сердечно-сосудистых заболеваний. Механизм лечебного действия физических упражнений. Показания и противопоказания к назначению ЛФК. Основы методики ЛФК при заболеваниях сердечно-сосудистой системы.

#### **Практическое занятие.**

Проведение опроса по теме «ЛФК при заболеваниях сердечно-сосудистой системы». Обсуждение методики реализованных комплексов ЛФК по заболеваниям сердечно-сосудистой системы.

#### **Задания для самостоятельной работы.**

Реализация комплексов упражнений ЛФК при заболеваниях сердечно-сосудистой системы.

### **Тема 3. Лечебная физическая культура при заболеваниях органов дыхания (УК-8)**

#### **Лекция.**

Симптомы заболеваний органов дыхания. Изменение дыхательных функций при заболеваниях органов дыхания. Лечебное действие физических упражнений при заболеваниях дыхательной системы. Показания и противопоказания назначению ЛФК. Основы методики ЛФК при заболеваниях дыхательной системы.

#### **Практическое занятие.**

Проведение опроса по теме «Лечебная физическая культура при заболеваниях органов дыхания». Реализация комплексов упражнений ЛФК при заболеваниях органов дыхания. Обсуждение методики реализованных комплексов ЛФК при заболеваниях органов дыхания.

#### **Задания для самостоятельной работы.**

Работа с учебной литературой; изучение материалов лекции; составление комплексов ЛФК при заболеваниях органов дыхания.

### **Тема 4. Лечебная физическая культура при заболеваниях органов пищеварения и нарушениях обмена веществ (УК-8)**

#### **Лекция.**

Причины заболеваний органов пищеварения и нарушений обмена веществ. Проявления заболеваний ЖКТ и нарушений обмена веществ. Механизм лечебного действия физических упражнений. Показания и противопоказания назначению ЛФК. Основы методики ЛФК при заболеваниях органов пищеварения и нарушениях обмена веществ.

#### **Практическое занятие.**

Проведение опроса по теме «Лечебная физическая культура при заболеваниях органов пищеварения и нарушениях обмена веществ». Реализация комплексов упражнений ЛФК при заболеваниях органов пищеварения и нарушениях обмена веществ. Обсуждение методики реализованных комплексов ЛФК при заболеваниях органов пищеварения и нарушениях обмена веществ.

#### **Задания для самостоятельной работы.**

Работа с учебной литературой; изучение материалов лекции; составление комплексов ЛФК при заболеваниях органов пищеварения и нарушениях обмена веществ.

### **Тема 5. Лечебная физическая культура при заболеваниях мочеполового аппарата (УК-8)**

#### **Лекция.**

Причины заболеваний органов мочеполового аппарата и их клинические проявления. Лечебное действие физических упражнений. Показания и противопоказания к назначению ЛФК. Основы методики ЛФК при заболеваниях органов мочевого выделения.

#### **Практическое занятие.**

Проведение опроса по теме «Лечебная физическая культура при заболеваниях органов мочевого выделения». Реализация комплексов упражнений ЛФК при заболеваниях органов мочевого выделения. Обсуждение методики реализованных комплексов ЛФК при заболеваниях органов мочевого выделения.

#### **Задания для самостоятельной работы.**

Составление комплексов ЛФК при заболеваниях органов мочевого выделения.

### **Тема 6. Лечебная физическая культура в травматологии, ортопедии, хирургии Лечебная физическая культура в травматологии. (УК-8)**

#### **Лекция.**

Лечебная физическая культура в травматологии, ортопедии, хирургии Лечебная физическая культура в травматологии.

#### **Практическое занятие.**

Проведение опроса по теме «Лечебная физическая культура в травматологии». Реализация комплексов упражнений ЛФК в травматологии. Обсуждение методики реализованных комплексов ЛФК в травматологии.

#### **Задания для самостоятельной работы.**

Работа с учебной литературой; изучение материалов лекции; составление комплексов ЛФК в травматологии.

### **Тема 7. Лечебная физическая культура в ортопедии (ПК-1)**

#### **Лекция.**

Понятие осанки и сколиоза. Причины и механизмы нарушений осанки и сколиоза. Проявления нарушений осанки и сколиоза. Классификация нарушений осанки и сколиоза. Плоскостопие, классификация плоскостопия. Клинические проявления плоскостопия. Механизм лечебного действия физических упражнений при нарушении осанки, сколиозах и плоскостопии. Показания и противопоказания к назначению ЛФК. Основы методики ЛФК.

#### **Практическое занятие.**

Понятие осанки и сколиоза. Причины и механизмы нарушений осанки и сколиоза. Проявления нарушений осанки и сколиоза. Классификация нарушений осанки и сколиоза. Плоскостопие, классификация плоскостопия. Клинические проявления плоскостопия. Механизм лечебного действия физических упражнений при нарушении осанки, сколиозах и плоскостопии. Показания и противопоказания к назначению ЛФК. Основы методики ЛФК.

#### **Задания для самостоятельной работы.**

Работа с учебной литературой; изучение материалов лекции; составление комплексов ЛФК в ортопедии.

### **Тема 8. Лечебная физическая культура в хирургии (ПК-1)**

#### **Лекция.**

Понятия о хирургических заболеваниях грудной и брюшной полости. Понятия о предоперационном и послеоперационном периодах. Задачи и методика ЛФК. ЛФК при ампутациях конечностей

#### **Практическое занятие.**

Проведение опроса по теме «Лечебная физическая культура в хирургии». Реализация комплексов упражнений ЛФК в хирургии. Обсуждение методики реализованных комплексов ЛФК в хирургии.

#### **Задания для самостоятельной работы.**

СРС: работа с учебной литературой; изучение материалов лекции; составление комплексов ЛФК в хирургии.

### **Тема 9. Лечебная физическая культура у ожоговых больных и при обморожениях (ПК-1)**

#### **Лекция.**

Понятия: ожог, ожоговая болезнь, ожоговый шок. Классификация ожогов. Механизм лечебного действия физических упражнений. Показания и противопоказания к назначению лечебной физической культуры. Основы методики ЛФК. Понятие и классификация отморожений. Механизм лечебного действия физических упражнений. Показания и противопоказания к назначению ЛФК. Основы методики ЛФК.

#### **Практическое занятие.**

Проведение опроса по теме «Лечебная физическая культура у ожоговых больных и при обморожениях». Реализация комплексов упражнений ЛФК у ожоговых больных и при обморожениях. Обсуждение методики реализованных комплексов ЛФК у ожоговых больных и при обморожениях.

#### **Задания для самостоятельной работы.**

СРС: работа с учебной литературой; изучение материалов лекции; составление комплексов ЛФК у ожоговых больных и при обморожениях.

### **Тема 10. ЛФК при заболеваниях нервной системы и миопии. ЛФК при заболеваниях ЦНС (ПК-1)**

#### **Лекция.**

Классификация заболеваний нервной системы. Клинические проявления при заболеваниях повреждениях нервной системы, принципы применения ЛФК у больных с заболеваниями нервной системы. Средства ЛФК при заболеваниях. Основы методики ЛФК при заболеваниях нервной системы.

#### **Практическое занятие.**

Проведение опроса по теме «Лечебная физическая культура при заболеваниях центральной нервной системы». Реализация комплексов упражнений ЛФК у лиц с заболеваниями центральной нервной системы. Обсуждение методики реализованных комплексов ЛФК у лиц с заболеваниями центральной нервной системы.

#### **Задания для самостоятельной работы.**

СРС: работа с учебной литературой; изучение материалов лекции; составление комплексов ЛФК для лиц с заболеваниями ЦНС.

### **Тема 11. ЛФК при заболеваниях периферической нервной системы и миопии. (ПК-1)**

#### **Лекция.**

Классификация заболеваний периферической нервной системы. Этиология и патогенез заболеваний периферической нервной системы. Клинические проявления при заболеваниях периферической нервной системы. Основы методики ЛФК у лиц с заболеваниями периферической нервной системы. Этиология и патогенез миопии. Основы ЛФК при миопии.

#### **Практическое занятие.**

Проведение опроса по теме «Лечебная физическая культура при заболеваниях периферической нервной системы и миопии». Реализация комплексов упражнений ЛФК у лиц с заболеваниями периферической нервной системы и миопией. Обсуждение методики реализованных комплексов ЛФК у лиц с заболеваниями периферической нервной системы и миопией.

#### **Задания для самостоятельной работы.**

Проведение опроса по теме «Лечебная физическая культура при заболеваниях периферической нервной системы и миопии». Реализация комплексов упражнений ЛФК у лиц с заболеваниями периферической нервной системы и миопией. Обсуждение методики реализованных комплексов ЛФК у лиц с заболеваниями периферической нервной системы и миопией.

## **Тема 12. Общие основы массажа. Обоснование лечебно-профилактического действия массажа (ПК-1)**

### **Лекция.**

Понятие массажа. Классификация массажа. Клинико-физиологическое обоснование массажа. Показания и противопоказания к массажу. Гигиенические основы массажа. Методика проведения массажа и курса массажа. Смазывающие средства при выполнении массажа.

### **Практическое занятие.**

Освоение на практике техники поведения массажной процедуры. Обсуждение ошибок при выполнении процедуры массажа.

### **Задания для самостоятельной работы.**

Работа с учебной литературой; изучение материалов лекций.

## **Тема 13. Техника массажных приемов (ПК-2)**

### **Лекция.**

Понятие массажного приема. Разновидности массажных приемов. Техника проведения приемов поглаживания, растирания, разминания, вибрации.

### **Практическое занятие.**

Проведение опроса по темам «Обоснование лечебно-профилактического действия массажа» и «Техника массажных приемов». Освоение на практике техники приемов классического массажа: поглаживание, растирание, разминание, вибрация. Обсуждение ошибок при выполнении приемов классического массажа.

### **Задания для самостоятельной работы.**

Работа с учебной литературой; изучение материалов лекций.

## **Тема 14. Массаж отдельных областей тела (ПК-2)**

### **Лекция.**

Массаж лица. Массаж головы. Массаж шеи. Массаж спины. Массаж грудной клетки. Массаж живота. Массаж верхних конечностей. Массаж нижних конечностей (показания и противопоказания, исходное положение массажиста и массируемого, направления массажных приемов, основные массажные приемы, длительность лечебной процедуры)

### **Практическое занятие.**

Проведение опроса по теме «Массаж отдельных областей тела». Освоение на практике техники массажа головы, живота, грудной клетки.

Обсуждение ошибок при выполнении массажа отдельных областей тела.

### **Задания для самостоятельной работы.**

Работа с учебной литературой; изучение материалов лекций

## **Тема 15. Лечебный и спортивный массаж (ПК-2)**

### **Лекция.**

Показания и противопоказания, задачи массажа, методика массажа при следующих патологиях: травмах и заболеваниях ОДА (ушибы и растяжения мышц и связок, переломы, последствия травм, сколиозы, плоскостопие); болезни органов дыхания (острый бронхит, хронический бронхит, бронхиальная астма); болезни сердечно-сосудистой системы (артериальная гипертония, артериальная гипотония); заболевания нервной системы (последствия острого нарушения мозгового кровообращения, остеохондроз, радикулит); болезни системы пищеварения (гастрит).

### **Практическое занятие.**

Сообщение теоретических сведений по теме «Спортивный массаж». Освоение на практике методики процедуры спортивного массажа. Обсуждение ошибок при выполнении процедуры спортивного массажа.

**Задания для самостоятельной работы.**

Работа с учебной литературой.

**Тема 16. ЛФК в стоматологии (ПК-2)**

**Лекция.**

Показания и противопоказания для назначения ЛФК при воспалительных заболеваниях челюстно-лицевой области, при переломах верхней и нижней челюстей, при пластических операциях по поводу незарощения верхней губы и твердого неба

**Практическое занятие.**

Сроки начала использования лечебной физкультуры, особенности ЛФК на различных этапах лечения и реабилитации (стационарный, амбулаторно-поликлинический, санаторно-курортный этап).

**Задания для самостоятельной работы.**

Использование в процедурах ЛФК специальных упражнений для жевательных мышц, для мышц языка, верхней губы, мягкого неба, координационных упражнений, мимических мышц лица

**Тема 17. Лечебная физкультура в акушерстве и гинекологии (ПК-2)**

**Лекция.**

Медицинские аспекты физической культуры и спорта и спорта женщин. Значение физической культуры в различные периоды роста и формирования женского организма. Организация и методика врачебного контроля за женщинами, занимающимися физической культурой и спортом в период менструаций.

**Практическое занятие.**

Противопоказания к занятиям ФК и С при расстройствах менструального цикла и других нарушениях в организме женщины. Характеристика физических упражнений в акушерско-гинекологической практике.

**Задания для самостоятельной работы.**

Физическая культура в различные периоды беременности, в раннем и позднем послеродовом периоде. ЛФК у беременных при патологии ССС. Особенности ЛФК в гинекологии. ЛФК при пороках развития и неправильном положении матки.

**Тема 18. Современные методы функциональных исследований в спортивной медицине. (ПК-2)**

**Лекция.**

Оценка тренированности спортсмена. Особенности врачебного контроля за юными спортсменами. Врачебный контроль при занятиях Физкультурой и спортом в старшем школьном и юношеском возрасте. Спортивный травматизм. Неотложные состояния в спорте. Неотложные состояния при занятиях физической культурой, спортивной тренировки, соревнованиях.

**Практическое занятие.**

Диагностика неотложных состояний при физических нагрузках. Правила и порядок оказания медицинской помощи при неотложных состояниях. ЛФК в клинике внутренних болезней. ЛФК при гипер- и гипотонической болезни, атеросклерозе сосудов. ЛФК при заболеваниях органов дыхания. ЛФК у детей с

остаточными явлениями послеродовой травмы.

**Задания для самостоятельной работы.**

ЛФК у детей при ортопедической патологии. Двигательная активность и профилактика заболеваний детей, подростков и взрослых. Лечебная гимнастика и массаж у детей раннего возраста. ЛФК у детей и подростков при ревматизме, острой и хронической пневмонии, бронхите, бронхиальной астме, бронхоэктатической болезни, острых и хронических заболеваниях верхних дыхательных путей

#### 4. Контроль знаний обучающихся и типовые оценочные средства

##### 4.1. Распределение баллов:

Балльно-рейтинговые мероприятия не предусмотрены

##### 4.2 Типовые оценочные средства текущего контроля

##### 4.3 Промежуточная аттестация по дисциплине проводится в форме зачета, экзамена

#### Типовые вопросы зачета (УК-8, ПК-1, ПК-2)

1. История развития ЛФК в мире. История развития ЛФК в России (4 этапа развития)
2. Характеристика метода ЛФК
3. Обоснование механизмов лечебного действия ЛФК
4. Понятие о трудотерапии и механотерапии.
5. Характеристика физических упражнений
6. Основные принципы применения ЛФК
7. Интенсивность физических упражнений.)
8. Формы проведения ЛФК
9. Периоды ЛФК (определение, задачи ЛФК по периодам).
10. Механизм лечебного действия ЛФК при заболеваниях ССС.
11. Задачи и методики ЛФК при атеросклерозе
12. Инфаркт миокарда (этиология, клинические формы, лечение, этапы реабилитации).
13. Задачи и методики ЛФК при стенокардии.
14. Гипертоническая болезнь (определение, классификация, этиология, патогенез, клини ка).
15. Ожирение (формы и степени ожир., этиология, патогенез, клиника).
16. Задачи и методики ЛФК при ожирении.
17. Сахарный диабет (типы, этиология, патогенез, клиника СД).
18. Задачи и методики ЛФК при СД.
19. Длительность беременности и триместры. Показания и противопоказания для занятий.
20. ЛФК в период беременности. Задачи и методика ЛФК в I, II и III триместре беременности.
21. Нестандартные методы ЛФК при беременности джоггинг, аэробика, велосипед, плавание, йога и т.п.).
22. Хроническая пневмония (задачи ЛФК, степени двигательной возможности).
23. Плевриты (этиопатогенез, задачи ЛФК, режимы).
24. Бронхиальная астма (этиология, патогенез, клиническая картина).
25. Методика и задачи ЛФК при бронхиальной астме (по периодам).
26. Основные клинические проявления заболеваний ЖКТ (боли, изжога, отрыжка, тошнота, рвота, дискинезии)
27. Задачи и методики ЛФК при заболеваниях ЖКТ.
28. Задачи и методики ЛФК при хр. гастритах.
29. Задачи и методики ЛФК при язвенной болезни (по периодам).
30. Комплекс специальных упражнений при спланхоптозе.
31. Понятие артрита и артроза (сходство и различие, классификация).
32. Артриты (задачи и методики ЛФК по периодам).
33. Особенности реабилитации спортсменов, задачи и цели ЛФК.
34. Этап медицинской реабилитации спортсменов, цели и задачи этого этапа.
35. Этап спортивной реабилитации спортсменов (задачи этого этапа, 4 группы упр.)
36. Этап спортивной тренировки в реабилитации спортсменов (задачи этапа, двигательные тесты, экспертиза готовности к нагрузкам).

37. Виды пороков сердца, оперативные методы лечения пороков сердца.
38. Операции на сердце. ЛФК в послеоперационном периоде, задачи ЛФК.
39. Операции на легких. Задачи и методика ЛФК в предоперационном периоде.
40. Операции на легких. ЛФК в послеоперационном периоде (ранний, поздний, отдаленный).
41. Операции на органах брюшной полости. ЛФК в предоперационный период.
42. Операции на органах брюшной полости. ЛФК в послеоперационный период.
43. Задачи и методики ЛФК при травмах ОДА. (По 3 периодам.)
44. Механизм лечебного действия физических упражнений при травмах ОДА.
45. Переломы шейки бедра. Методика ЛФК (1-й и 2-й периоды) после хирургического метода лечения.
46. Диафизарные переломы плечевой кости (ЛФК по 3-м периодам).
47. Перелом «луча» в типичном месте (методика ЛФК по 3-м периодам).
48. Привычный вывих плеча (ПВП). Методика ЛФК после оперативного лечения ПВП (по 3-м периодам).
49. Переломы позвоночника. Виды переломов позвоночника.
50. Компрессионные переломы тел шейных позвонков. Задачи ЛФК в 1-й период (первый и второй полупериоды), 2-й и 3-й периоды.
51. Переломы тел грудных и поясничных позвонков. Задачи ЛФК в 1-4-й периоды. Понятие реклинации.
52. Переломы костей таза. Задачи ЛФК при консервативном методе лечения (по периодам).
53. ЛФК после перелома вертлужной впадины (во время и после скелетного вытяжения).
54. Виды переломов костей таза. Понятие перелома типа Мальгенья.
55. Профилактика и лечение нарушений осанки. Задачи ЛФК при нарушениях осанки.
56. Методика ЛФК при нарушениях осанки (подготовительная, основная и заключительная части курса ЛФК).
57. Формы ЛФК при нарушениях осанки (УГГ, ЛГ, самостоятельные занятия, дозированная ходьба, терренкур, плавание).
58. Сколиозы. Понятие сколиоза и торсии. Патогенетическая классификация сколиозов (дискогенные, статические, паралитические).
59. Четыре степени тяжести сколиозов.
60. Компрессионные переломы тел шейных позвонков. Задачи ЛФК в 1-й период (первый и второй полупериоды), 2-й и 3-й периоды.
61. Три части ЛГ при сколиозах (подготовительная, основная, заключительная).
  1. Ампутации конечностей. Комплекс ЛГ после ампутации нижней конечности, 2-й период.
  2. Аортокоронарное шунтирование. Комплекс ЛГ после аортокоронарного шунтирования, неосложненное течение, ранний период.
  3. Артриты (задачи и методики ЛФК по периодам).
  4. Атеросклероз (этиолог., факторы риска).
  5. БА (этиология, патогенез, клиническая картина).
  6. Бронхиальная астма. ЛГ при бронхиальной астме, палатный режим, подготовительный период.
  7. Бронхоэктатическая болезнь. ЛГ для дренирования средней и нижней доли легкого.
  8. Виды переломов костей таза. Понятие перелома типа Мальгенья.
  9. Виды пороков сердца, оперативные методы лечения пороков сердца
  10. Гастриты (этиопатогенез, клиника, лечение).
  11. Гипертоническая болезнь (ГБ). Механизмы лечебного действия ЛФК (тонизирующий, мобилизующий, тренирующий, нормализующий и т.п.).
  12. Деформирующий остеоартроз (стадии, задачи и методики ЛФК).
  13. Диафизарные переломы плечевой кости (ЛФК по 3-м периодам).
  14. Длительность беременности и триместры.
  15. Задачи и методика ЛФК в I, II и III триместре беременности.

16. Задачи и методики ЛФК при атеросклерозе.
17. Задачи и методики ЛФК при ожирении.
18. Задачи и методики ЛФК при СД.
19. Задачи и методики ЛФК при травмах ОДА. (По 3 периодам.).
20. Инфаркт миокарда (ИМ) (этиология, клиническая картина, формы, лечение, этапы реабилитации).
21. Интенсивность физических упражнений (малая, умеренная, макс.).
22. История развития ЛФК в России (4 этапа развития).
23. История развития ЛФК в мире.
24. Комплекс специальных упражнений при спланхоптозе.
25. Компрессионные переломы тел шейных позвонков. Задачи ЛФК в 1-й период (первый и второй полупериоды), 2-й и 3-й периоды.
26. Латеральный (внесуставной) перелом шейки бедра. ЛГ в период иммобилизации скелетным вытяжением, 1-я неделя
27. Медиальный (внутрисуставной) перелом шейки бедра. ЛГ в первом периоде, 2 – 3 день после операции
28. Методика ЛФК при сколиозах (асимметричные упражнения, деторсионные упражнения)
29. Методики ЛФК при заболеваниях органов дыхания (вентиляция верхушек легких, нижних сегментов)
30. Механизм лечебного действия ЛФК при заболеваниях ССС (тонизирующее, трофическое действие, механизм формирования компенсаций, нормализации функций, профилактическое действие)
31. Механизм лечебного действия физических упражнений при травмах ОДА.
32. Неврит плечевого сплетения. Комплекс специальных упражнений при плексите
33. Обоснование механизмов лечебного действия ЛФК (тонизирующее, трофическое действие, механизм формирования компенсаций, нормализации функций)
34. Ожирение (формы и степени ожирения, этиология, патогенез, клиника)
35. Операции на легких. Задачи и методика ЛФК в предоперационном периоде
36. Операции на легких. ЛГ в предоперационный период, дренирующие упражнения по методике проф. Силуянова
37. Операции на органах брюшной полости. ЛФК в предоперационный период.
38. Операции на органах брюшной полости. ЛФК в постоперационный период.
39. Операции на сердце. Комплекс ЛГ в постоперационном периоде, режим I A
40. Операции на сердце. ЛФК в послеоперационном периоде, задачи ЛФК
41. Операции на сердце. ЛФК в предоперационном периоде, задачи ЛФК.

#### **Типовые задания для зачета (УК-8, ПК-1, ПК-2)**

1. Какие из перечисленных средств ЛФК поддаются точной дозировке по уровню физической нагрузки?
  1. массаж.
  2. подвижные игры.
  3. двигательный режим.
  - \*4. физические упражнения.
2. Выберите из перечисленных форм ЛФК гимнастические?
  - \*1. сгибание и разгибание рук в упоре.
  2. бросание мяча в кольцо.
  3. плавание.
  4. терренкур.
3. Какие из перечисленных средств ЛФК могут обеспечить тренировку двигательных навыков?
  1. массаж.

\*2. гимнастические упражнения.

3. подвижные игры.

4. двигательный режим.

4. При каких заболеваниях из нижеперечисленных следует считать ЛФК противопоказанной:

1. инфаркт.

2. открытый перелом бедра.

3. ревматизм в активной фазе.

\*4. лимфогранулематоз.

5. Что из ниже перечисленного следует включать в методические указания инструкторам ЛФК?

1. план комплексной терапии.

2. дозировку медикаментозных средств.

\*3. дозировку физической нагрузки.

4. давность заболевания.

6. Показания к механотерапии?

\*1. тугоподвижность суставов.

2. гипотрофия мышц.

3. врожденное несращение неба.

4. неврит лицевого нерва.

7. Какие виды тренировок различают при проведении ЛФК?

1. предварительная и основная.

\*2. общая и специальная.

8. Какие упражнения являются основным средством ЛФК?

\*1. физические.

2. идеомоторные.

3. механотерапевтические.

4. прикладные.

9. Как подразделяются мышечные сокращения по характеру?

1. фиксированные и произвольные.

\*2. динамические и статические.

10. Какая форма является основной в ЛФК?

1. утренняя гимнастика.

\*2. лечебная гимнастика.

3. оздоровительный бег.

4. игровое занятие.

Тест №2

1. Сколько имеется периодов в курсе физической реабилитации?

1. один

2. два

\*3. три

4. четыре

2. Что не является формой ЛФК?

1. лечебная гимнастика

2. гигиеническая гимнастика

3. индивидуальные задания для самостоятельных занятий

\*4. подводное вытяжение позвоночника

3. Какого метода применения физических упражнений в ЛФК существуют?

\*1. функциональный

2. гимнастический

3. спортивный

4.игровой

4.С чем связан лечебно-профилактический эффект лечебной физкультуры?

1.трофическое действие

\*2.увеличение резервных возможностей организма

3.повышение общей сопротивляемости организма

4.улучшение функции кардиореспираторной системы

5.Какие игры используются в игровых методах ЛФК?

1.игры на месте

2.игры на внимание

3.спортивные игры

\*4.подвижные игры

6. Задачами ЛФК при компрессионных переломах позвоночника являются все перечисленные, исключая:

1. вытяжение позвоночника

2. стимуляцию функций внутренних органов

\*3. осевую нагрузку на позвоночник

4. реклинацию

5. профилактику трофических нарушений

7. При III-IV степени отморожений после хирургической обработки применяют:

1. электромагнитное поле СВЧ (460 МГц)

2. парафиновые аппликации

3. лазеротерапию

4. ток надтональной частоты

\*5. все перечисленное верно

8. При посттравматическом бурсите правого коленного сустава в остром периоде на 3-и сутки травмы возможно назначение:

\*1. электрического поля УВЧ

2. сульфидных ванн

3. грязевых аппликаций

4. подводного душ-массажа

9. При разрыве лонного сочленения и переломе переднего полукольца таза лечебная гимнастика во втором периоде включает все перечисленное, кроме:

1. упражнений для обеих ног

2. изометрического напряжения мышц ног, таза, туловища

\*3. упражнений лежа на животе

4. дыхательных упражнений

5. упражнений лежа на спине и на боку

10. При лечении травмы в период иммобилизации используются все перечисленные формы ЛФК, за исключением:

1. лечебной гимнастики

2. занятий физическими упражнениями по заданию

\*3. лечебной гимнастики в воде

4. обучения двигательным навыкам бытового характера

5. верно все перечисленное

### **Типовые вопросы экзамена (УК-8, ПК-1, ПК-2)**

1. Организация работы ЛФК в ЛПУ (задачи и обязанности врача ЛФК и методиста ЛФК).

2. Основные клинические проявления заболеваний ЖКТ (боли, изжога, отрыжка, тошнота, рвота, дискинезии).
3. Основные принципы применения ЛФК (индивидуальность, сознательность и активность, наглядность и доступность, систематичность, постепенность, регулярность, цикличность, новизна и разнообразие).
4. Основные с-мы сердечно-сосудистых заболеваний (перебои, одышка, отеки, цианоз, кровохарканье, боли и т.п.).
5. Острый инфаркт миокарда (ИМ). Составление примерного комплекса ЛФК при мелкоочаговом инфаркте миокарда 1- 2 класса тяжести, на 4-е сутки заболевания, палатный режим.
6. Патогенез ДН (изменение функции внеш. дыхания, огранич. подвижности гр. клетки, уменьшение дых. пов-ти легких и т.п.).
7. Перелом «луча» в типичном месте (методика ЛФК по 3- м периодам).
8. Перелом луча в типичном месте. ЛГ в иммобилизационном периоде .
9. Переломы костей таза. Задачи ЛФК при консервативном методе лечения (по перио- дам).
10. Переломы позвоночника. Виды переломов позвоночника.
11. Переломы шейки бедра. Методика ЛФК (1-й и 2й периоды) после хирургического ме- тода лечения.
12. Периоды ЛФК (определение, задачи ЛФК по периодам)
13. Плевриты (этиопатогенез, задачи ЛФК, режимы)
14. Плоскостопие. ЛГ на исправление деформации стоп, основной период
15. Показания и противопоказания для занятий ЛФК в период беременности
16. Понятие артрита и артроза (сходство и различие, классификация).
17. Понятие о травматической болезни, травматическом шоке. Понятие о переломе. Ме- тоды лечения переломов.
18. Понятие о трудотерапии и механотерапии
19. Понятие об осанке и ее нарушениях. Физиологические изгибы позвоночника (шейный и поясничный лордозы, грудной и крестцово-копчиковый кифозы).
- 20.Профилактика и лечение нарушений осанки. Задачи ЛФК при нарушениях осанки
- 21.Сахарный диабет (типы, этиология, патогенез, клиника СД)
- 22.Сколиозы. Комплекс ЛГ при сколиозе, основная часть занятия (асимметричные кор- ригирующие, деторсионные упражнения)
- 23.Сколиозы. Понятие сколиоза и торсии. Патогенетическая классификация сколиозов (дискогенные, статические, паралитические)
- 24.Спланхоптозы, гастроптозы, энтероптозы. Факторы, способствующие спланхоптозам.
- 25.Спланхоптозы. ЛГ при спланхоптозах, свободный режим
26. Способы дозировки физической нагрузки (понятие дозировки, подбор, продолжи- тельность, количество, темп, амплитуда, степень усилия и сложности и т.п.)
27. Стенокардия (этиология, классификац.) Задачи и методики ЛФК при Стенокардии
28. Травмы шейного отдела спинного мозга. Примерный комплекс ЛГ для рук при вялых парезах.
29. Три части ЛГ при сколиозах (подготовительная, основная, заключительная).
30. Формы ЛФК при нарушениях осанки (УГГ, ЛГ, самостоятельные занятия, дозиро- ванная ходьба, терренкур, плавание).
31. Формы проведения ЛФК (УГГ, ЛГ, дозированная ходьба, терренкур, плавание, лыжи, коньки и т.п.).
32. Характеристика метода ЛФК (лечебно-профилактический, естественно- биологический, неспецифический, патогенетический и т.п.).
33. Характеристика физических упражнений (гимнастические упражнения, их классифи- кация; идеомоторные, изометрические, спортивно-прикладные, упражнения на тре- нажерах).
34. Холециститы. ЛГ при хр. холециститах, дискинезиях ж/в путей.
35. Хроническая сердечная недостаточность (ХСН). Составление комплекса ЛГ для больных с НК II А.

36. Хроническая сердечная недостаточность (ХСН). Составление комплекса ЛФК (ЛГ) при сердечной недостаточности III степени.
37. Экссудативный плеврит. Составление комплекса упражнений (ЛГ) на палатном режиме, 3 – 5-й день заболевания.
38. Эмфизема легких. Комплекс ЛГ при эмфиземе легких без ДН и ССН.
39. Язвенная болезнь желудка и 12-перстной кишки (этиопатогенез, клиническая картина).
40. Язвенная болезнь желудка. ЛГ на палатном режиме, 2-3 недели после госпитализации.
41. Язвенная болезнь желудка. ЛГ на постельном режиме, 3-й день госпитализации.

### Типовые задания для экзамена (УК-8, ПК-1, ПК-2)

1. Функциональный корсет при сколиозе ставит своей целью:
  1. вытяжение позвоночника
  - \*2. разгрузку позвоночника
  3. увеличение мобильности позвоночника
2. Больным пожилого возраста с пролежнями противопоказано применение:
  1. электрического поля УВЧ
  - \*2. УФО сегментарных зон
  3. индуктотермии
3. При врожденной кривошее со 2-й недели жизни ребенка можно назначить:
  1. электромагнитное поле СВЧ (460 МГц)
  2. коротковолновое ультрафиолетовое излучение
  3. ультразвук и озокеритовые аппликации
  4. аэроиотерапию
  - \*5. все перечисленное
4. Показаниями к назначению ЛФК при нарушении осанки являются:
  1. слабость мышц туловища и конечностей
  2. деформация и ограничение подвижности грудной клетки
  3. наличие плоскостопия
  4. асимметричное расположение углов лопаток
  - \*5. все перечисленное
5. Физические упражнения, применяемые при вялых параличах?
  - \*1. на расслабление.
  2. идеомоторные.
  3. изометрические.
  4. на развитие опорной функции и укрепление мышц.
6. Сроки назначения ФР при геморрагическом инсульте без осложнений?
  - \*1. 1 – 2 день.
  2. 3 – 5 день.
  3. 6 – 7 день.
  4. 8 – 10 день.
7. При проведении активных упражнений в начале курса ЛФК чего необходимо избегать у больных инсультом?
  1. синкинезий.
  2. утомления парализованных мышц.
  - \*3. дыхательных упражнений.
8. Можно ли использовать массаж у больных с инсультом при высоких цифрах АД:
  - \*1. да.
  2. нет.
9. При неврите лицевого нерва выбор упражнений в основном периоде?

1.идеомоторные.

2.активные.

\*3.пассивные упражнения.

10. В подостром периоде остеохондроза позвоночника с болевым синдромом :

\*1.не разрешаются движения в позвоночнике.

2.разрешаются пассивные движения в позвоночнике.

3.разрешаются активные движения в позвоночнике.

Тест№2

1.Назовите показания для занятий ЛФК во время беременности:

\*1ревматизм, неактивная фаза.

2.подострый тромбофлебит.

3.нефропатия.

4.многоводие.

2.Каким упражнениям отдается предпочтение во всех периодах беременности?

1.корректирующим.

\*2.дыхательным.

3.статическим.

3.В каком исходном положении выполняются значительное число упражнений?

1.стоя.

\*2.лёжа.

3.сидя.

4.На какие мышцы должна быть направлена лечебная гимнастика при опущении внутренних половых органов у женщин?

1.мышцы брюшного пресса.

2.дыхательную мускулатуру.

3.на мышцы конечностей.

\*4.мышцы тазового дна.

5. Назовите противопоказания для проведения ЛФК при беременности, родах, послеродовом периоде.

1.многоплодная беременность.

2.неправильное положение плода.

3.выраженные токсикозы (преэклампсия, эклампсия).

4.предлежание плаценты.

5.привычные выкидыши.

6.многоводие.

\*7. все варианты

6.Какие упражнения противопоказаны при проведении ЛФК в первый триместр беременности (1 – 16 недель)?

1.общеразвивающие.

2.дыхательные.

3.на расслабление.

\*4.повышающие внутрибрюшное давление.

7. Какие упражнения показаны роженице в период родов?

1.корректирующие.

2.укрепление брюшного пресса.

\*3.дыхательные.

8. Когда можно использовать ЛФК в послеродовом периоде при отсутствии противопоказаний ?

1.сразу после родов.

2.в 1 сутки после родов.

\*3. на 2 сутки после родов.

4. на 4 – 6 сутки после родов.

9. В какие сроки проводятся специальные упражнения при неправильном положении плода?

1. с 16 недель.

2. с 28 недель.

\*3. с 32 недель.

10. на какой день после нормально протекавших родов назначают лечебную гимнастику?

1. На 1 сутки после родов

\*2. на вторые сутки после родов

3. на 5 сутки после родов.

4. на 7 сутки родов.

#### 4.4. Шкала оценивания промежуточной аттестации

##### Зачет

Оценка	Компетенции	Дескрипторы (уровни) – основные признаки освоения (показатели достижения результата)
«зачтено»	УК-8	Доступно разъясняет правила поведения при возникновении чрезвычайных ситуаций природного и техногенного происхождения; самостоятельно оказывает первую помощь, разрабатывает курс восстановительных мероприятий
	ПК-1	Самостоятельно осуществляет подбор оптимальных средств и методов физической реабилитации; определяет последовательность применения средств физической реабилитации
	ПК-2	Разрабатывает эффективные рекомендации по оказанию помощи инвалидами лицам с отклонениями в состоянии здоровья в организации реабилитационной среды, обустройстве их жизненного пространства, преодолении трудностей при использовании реабилитационного оборудования, адаптации к техническим средствам реабилитации
«не зачтено»	УК-8	Не способен разъяснить правила поведения при возникновении чрезвычайных ситуаций природного и техногенного происхождения; не может оказывать первую помощь, не участвует в восстановительных мероприятиях
	ПК-1	Не способен осуществить подбор оптимальных средств и методов физической реабилитации; неверно определяет последовательность применения средств физической реабилитации
	ПК-2	Не может разработать рекомендации при оказании помощи инвалидами лицам с отклонениями в состоянии здоровья в организации реабилитационной среды, обустройстве их жизненного пространства, преодолении трудностей при использовании реабилитационного оборудования, адаптации к техническим средствам реабилитации

##### Экзамен

Оценка	Компетенции	Дескрипторы (уровни) – основные признаки освоения (показатели достижения результата)
--------	-------------	--

«отлично»	УК-8	Эффективно и самостоятельно разъясняет правила поведения при возникновении чрезвычайных ситуаций природного и техногенного происхождения, оказывает первую помощь, участвует в восстановительных мероприятиях
	ПК-1	На отличном методическом уровне осуществляет подбор оптимальных средств и методов физической реабилитации; определяет последовательность применения средств физической реабилитации
	ПК-2	Продуктивно и самостоятельно разрабатывает рекомендации при оказании помощи инвалидами лицам с отклонениями в состоянии здоровья в организации реабилитационной среды, обустройстве их жизненного пространства, преодолении трудностей при использовании реабилитационного оборудования, адаптации к техническим средствам реабилитации
«хорошо»	УК-8	Самостоятельно разъясняет правила поведения при возникновении чрезвычайных ситуаций природного и техногенного происхождения, оказывает первую помощь, участвует в восстановительных мероприятиях
	ПК-1	На хорошем методическом уровне осуществляет подбор оптимальных средств и методов физической реабилитации; определяет последовательность применения средств физической реабилитации
	ПК-2	Продуктивно с помощью руководителя разрабатывает рекомендаций при оказании помощи инвалидами лицам с отклонениями в состоянии здоровья в организации реабилитационной среды, обустройстве их жизненного пространства, преодолении трудностей при использовании реабилитационного оборудования, адаптации к техническим средствам реабилитации
«удовлетворительно»	УК-8	Совместно с руководителем эффективно разъясняет правила поведения при возникновении чрезвычайных ситуаций природного и техногенного происхождения, оказывает первую помощь, участвует в восстановительных мероприятиях
	ПК-1	На удовлетворительном методическом уровне осуществляет подбор оптимальных средств и методов физической реабилитации; определяет последовательность применения средств физической реабилитации
	ПК-2	Самостоятельно, но не всегда продуктивно, разрабатывает рекомендаций при оказании помощи инвалидами лицам с отклонениями в состоянии здоровья в организации реабилитационной среды, обустройстве их жизненного пространства, преодолении трудностей при использовании реабилитационного оборудования, адаптации к техническим средствам реабилитации
	УК-8	Не способен разъяснить правила поведения при возникновении
	ПК-1	На неудовлетворительном методическом уровне осуществляет подбор оптимальных средств и методов физической реабилитации; определяет последовательность применения средств физической реабилитации

«неудовлетворительно»	ПК-2	Не способен самостоятельно и продуктивно разработать рекомендации при оказании помощи инвалидами лицам с отклонениями в состоянии здоровья в организации реабилитационной среды, обустройстве их жизненного пространства, преодолении трудностей при использовании реабилитационного оборудования, адаптации к техническим средствам реабилитации
-----------------------	------	---

## 5. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины (модуля)

### 5.1 Методические указания по организации самостоятельной работы обучающихся:

Приступая к изучению дисциплины, в первую очередь обучающимся необходимо ознакомиться содержанием рабочей программы дисциплины (РПД), которая определяет содержание, объем, а также порядок изучения и преподавания учебной дисциплины, ее раздела, части.

Для самостоятельной работы важное значение имеют разделы «Объем и содержание дисциплины», «Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины» и «Материально-техническое обеспечение дисциплины, программное обеспечение, профессиональные базы данных и информационные справочные системы».

В разделе «Объем и содержание дисциплины» указываются все разделы и темы изучаемой дисциплины, а также виды занятий и планируемый объем в академических часах.

В разделе «Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины» указана рекомендуемая основная и дополнительная литература.

В разделе «Материально-техническое обеспечение дисциплины, программное обеспечение, профессиональные базы данных и информационные справочные системы» содержится перечень профессиональных баз данных и информационных справочных систем, необходимых для освоения дисциплины.

### 5.2 Рекомендации обучающимся по работе с теоретическими материалами по дисциплине

При изучении и проработке теоретического материала необходимо:

- просмотреть еще раз презентацию лекции в системе MOODLe, повторить законспектированный на лекционном занятии материал и дополнить его с учетом рекомендованной дополнительной литературы;
- при самостоятельном изучении теоретической темы сделать конспект, используя рекомендованные в РПД источники, профессиональные базы данных и информационные справочные системы;
- ответить на вопросы для самостоятельной работы, по теме представленные в пункте 3.2 РПД.
- при подготовке к текущему контролю использовать материалы фонда оценочных средств (ФОС).

### 5.3 Рекомендации по работе с научной и учебной литературой

Работа с основной и дополнительной литературой является главной формой самостоятельной работы и необходима при подготовке к устному опросу на семинарских занятиях, к дебатам, тестированию, экзамену. Она включает проработку лекционного материала и рекомендованных источников и литературы по тематике лекций.

Конспект лекции должен содержать реферативную запись основных вопросов лекции, в том числе с опорой на размещенные в системе MOODLe презентации, основных источников и литературы по темам, выводы по каждому вопросу. Конспект может быть выполнен в рамках распечатки выдачи презентаций лекций или в отдельной тетради по предмету. Он должен быть аккуратным, хорошо читаемым, не содержать не относящуюся к теме информацию или рисунки.

Конспекты научной литературы при самостоятельной подготовке к занятиям должны содержать ответы на каждый поставленный в теме вопрос, иметь ссылку на источник информации с обязательным указанием автора, названия и года издания используемой научной литературы. Конспект может быть опорным (содержать лишь основные ключевые позиции), но при этом позволяющим дать полный ответ по вопросу, может быть подробным. Объем конспекта определяется самим студентом.

В процессе работы с основной и дополнительной литературой студент может:

- делать записи по ходу чтения в виде простого или развернутого плана (создавать перечень основных вопросов, рассмотренных в источнике);
- составлять тезисы (цитирование наиболее важных мест статьи или монографии, короткое изложение основных мыслей автора);
- готовить аннотации (краткое обобщение основных вопросов работы);
- создавать конспекты (развернутые тезисы).

#### 5.4. Рекомендации по подготовке к отдельным заданиям текущего контроля

Собеседование предполагает организацию беседы преподавателя со студентами по вопросам практического занятия с целью более обстоятельного выявления их знаний по определенному разделу, теме, проблеме и т.п. Все члены группы могут участвовать в обсуждении, добавлять информацию, дискутировать, задавать вопросы и т.д.

Устный опрос может применяться в различных формах: фронтальный, индивидуальный, комбинированный. Основные качества устного ответа подлежащего оценке:

- правильность ответа по содержанию;
- полнота и глубина ответа;
- сознательность ответа;
- логика изложения материала;
- рациональность использованных приемов и способов решения поставленной учебной задачи;
- своевременность и эффективность использования наглядных пособий и технических средств при ответе;
- использование дополнительного материала;
- рациональность использования времени, отведенного на задание.

Устный опрос может сопровождаться презентацией, которая подготавливается по одному из вопросов практического занятия. При выступлении с презентацией необходимо обращать внимание на такие моменты как:

- содержание презентации: актуальность темы, полнота ее раскрытия, смысловое содержание, соответствие заявленной темы содержанию, соответствие методическим требованиям (цели, ссылки на ресурсы, соответствие содержания и литературы), практическая направленность, соответствие содержания заявленной форме, адекватность использования технических средств учебным задачам, последовательность и логичность презентуемого материала;
- оформление презентации: объем (оптимальное количество), дизайн (читаемость, наличие и соответствие графики и анимации, звуковое оформление, структурирование информации, соответствие заявленным требованиям), оригинальность оформления, эстетика, использование возможности программной среды, соответствие стандартам оформления;
- личностные качества: ораторские способности, соблюдение регламента, эмоциональность, умение ответить на вопросы, систематизированные, глубокие и полные знания по всем разделам программы;
- содержание выступления: логичность изложения материала, раскрытие темы, доступность изложения, эффективность применения средств ИКТ, способы и условия достижения результативности и эффективности для выполнения задач своей профессиональной или учебной деятельности, доказательность принимаемых решений, умение аргументировать свои заключения, выводы.

## 6. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

### 6.1 Основная литература:

1. Елифанов В.А. Лечебная физическая культура и спортивная медицина : учеб. для студ. мед. вузов. - М.: Медицина, 2004. - 304 с.
2. Елифанов В.А. Лечебная физическая культура и спортивная медицина : учеб. для студ. мед. вузов. - М.: Медицина, 2004. - 304 с.
3. Попов С.Н., Валеев Н.М., Гарасева Т.С., Гершбург М.И. Лечебная физическая культура : учебник. - 9-е изд., стер.. - М.: "Академия", 2013. - 416 с.

## 6.2 Иные источники:

1. Университетская библиотека онлайн: электронно-библиотечная система - <http://www.biblioclub.ru>
2. Консультант студента. Гуманитарные науки: электронно-библиотечная система -

## 7. Материально-техническое обеспечение дисциплины, программное обеспечение, профессиональные базы данных и информационные справочные системы

Для проведения занятий по дисциплине необходимо следующее материально-техническое обеспечение: учебные аудитории для проведения занятий лекционного и семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации, помещения для самостоятельной работы.

Учебные аудитории и помещения для самостоятельной работы укомплектованы специализированной мебелью и техническими средствами обучения, служащими для представления учебной информации большой аудитории.

Помещения для самостоятельной работы укомплектованы компьютерной техникой с возможностью подключения к сети "Интернет" и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду Университета.

Для проведения занятий лекционного типа используются наборы демонстрационного оборудования, обеспечивающие тематические иллюстрации (проектор, ноутбук, экран/ интерактивная доска).

Лицензионное и свободно распространяемое программное обеспечение:

Microsoft Windows 10

Операционная система "Альт Образование"

Профессиональные базы данных и информационные справочные системы:

1. Научная электронная библиотека Российской академии естествознания. – URL: <https://www.monographies.ru>
2. Российская государственная библиотека. – URL: <https://www.rsl.ru>
3. Научная электронная библиотека eLIBRARY.ru. – URL: <https://elibrary.ru>
4. Российская национальная библиотека. – URL: <http://nlr.ru>
5. Президентская библиотека имени Б.Н. Ельцина. – URL: <https://www.prlib.ru>
6. Консультант студента. Гуманитарные науки: электронно-библиотечная система. – URL: <https://www.studentlibrary.ru>

### Электронная информационно-образовательная среда

[https://auth.tsutmb.ru/authorize?response\\_type=code&client\\_id=moodle&state=xyz](https://auth.tsutmb.ru/authorize?response_type=code&client_id=moodle&state=xyz)

Взаимодействие преподавателя и студента в процессе обучения осуществляется посредством мультимедийных, гипертекстовых, сетевых, телекоммуникационных технологий, используемых в электронной информационно-образовательной среде университета.